

## CONCENTRACIÓN OPTIMIST

22-23 enero, RCN Torreveija

### Regatistas convocados

Los regatistas convocados para esta concentración son los ubicados entre los puestos 11-20 **regatistas del ranking:**

- 11- Guillem Balaguer Soler – RCN Valencia
- 12- Jose Eugenio Ribelles – RCR Alicante
- 13- Mateo Carbonell – CN Javea
- 14- Juan Francisco Chumilla – RCN Torreveija
- 15- Alvaro Ramon-Borja – RCR Alicante
- 16- Miguel Gómez Barnuevo – RCN Torreveija
- 17- David Palacios Zurdo – RCN Torreveija
- 18- Carlos Sanchez Molla – RCR Alicante
- 19- Marta Ferrando Babe – RCN Valencia
- 20- Raul Martinez i Rives- CN Javea

### Programa Entrenamiento

#### Sábado

- 10:00 – Llegada al club y preparación barco
- 10:30 – Reunión, organización plan del día.
- 11:00 -- Briefing previo a la salida al agua
- 11:30 – Sesión entrenamiento en el agua
- 16:00 – Briefing posterior al entrenamiento del agua
- 17:00 – Fin del día

#### Domingo

- 9:30 – Pruebas físicas.
- 10:30 – Preparación del material – puesta a punto barco
- 11:00 – Sesión entrenamiento en el agua
- 16:00 – Cargar barcos y Regreso
- 17:00 – Fin del día

### Consideraciones a tener en cuenta

#### ASISTENCIA

- Deberán asistir todos los regatistas convocados por la FVCV siempre que no haya una razón de peso que justifique su ausencia
- Para confirmar asistencia a la concentración, rellenar el siguiente formulario:

- <https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=wLa1KBAiG0i7KtHySeTYGbkf1SLol8xLi3AtOsjkMSFUMEZKOVNFWTBGNVJVTIE1VTNCTTRCSDFJUCQIQCN0PWcu>
- La NO confirmación de asistencia, con al menos 7 días a la fecha de la concentración, se entenderá como rechazada la asistencia a la misma.

#### **MATERIAL**

- Todos los regatistas, con su correspondiente material, deberán estar a la hora acordada en el lugar donde se detalla en la convocatoria.
- Los regatistas acudirán con ropa deportiva para poder realizar las pruebas físicas.
- Cualquier cambio o situación especial, informar a Juan Calvo (tlf: 610462746)

#### **VALORACIÓN GASTOS REPERCUTIBLES A LOS CLUBS DE LOS DEPORTISTAS DEL EQUIPO**

A la finalización de la actividad, la FVCV detallará y facturará a los clubes la cantidad definitiva de los gastos ocasionados.

#### **PROTOCOLO SARS-COV-2**

Normas a seguir durante el viaje y el desarrollo de la competición:

- Uso de mascarillas en todo momento a excepción de cuando se encuentre en alojamiento y en competición.
- Distanciamiento social con cualquier persona fuera del grupo de deportistas y personal técnico que no forme parte del equipo.
- Uso regular del desinfectante de manos.
- La FVCV establecerá según proceda en cada expedición unos grupos de convivencia estable, que se deberán mantener durante todo el viaje.
- Seguir las normas del “Delegado de Cumplimiento de Protocolo” en todo momento.
- El DCP del equipo es responsable de garantizar que las medidas de higiene estándar se cumplan desde de la salida hasta la vuelta de la expedición.
- Cualquier desplazamiento o salida que realice un integrante del equipo tendrá que tener el visto bueno del DCP.

Al regresar del viaje se recomienda:

- Realizarse prueba de detección tipo viral 3-5 días después de viajar.
- Si no se realiza la prueba, quedarse en casa o reducir contactos en interior durante los 10 días tras el viaje.
- Usar mascarilla y pedir a todos los miembros de casa que usen mascarilla en los espacios compartidos dentro de casa durante 14 días después del viaje.
- Evitar contacto con personas que corren mayor riesgo de enfermarse gravemente.

- Si se encuentra algún síntoma, acudir a centro sanitario donde indicarán protocolo correspondiente.